

Rhythmische Sportgymnastik

JOSEPH-VON-FRAUNHOFER-GYMNASIUM
VIELFALT ERLEBEN
PERSÖNLICHKEITEN BILDEN

- Angebot für Schülerinnen ab der 5. Klasse
- Training jeden Montag von 14:00 bis 15:30 Uhr

- Förderung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten, Schulung der Körperhaltung und Körperbeherrschung, Entwicklung einer höheren Leistungsmotivation
- Erlernen verschiedener Gerätetechniken, Einstudieren verschiedener Übungen mit den Handgeräten Ball, Band, Seil und Reifen
- Verbesserung des Taktgefühls und der Musikalität
- Stärkung der Selbstsicherheit und Ausdruckskraft, Förderung von Sozial- und Selbstkompetenz, Verbesserung von Aufmerksamkeit und Konzentration
- Spätere Teilnahme an Schulwettkämpfen auf Bezirks- und Landesebene möglich

Leitung und Organisation: OStRin Christin Tischner